Тема ООД: «Неболейка»

Цель - прививать детям правила здорового образа жизни

Задачи:

1.Продолжать укреплять здоровье детей, выполнять утреннюю гимнастику, соблюдать правило личной гигиены употреблять в пищу полезные продукты.

2.Развивать физические качества (быстрота, ловкость), формировать навыки сотрудничества друг с другом, развивать речь детей, расширять словарный запас.

3.Воспитывать дружеские взаимоотношения, бережное отношение к природе и животным.

Ход ООД:

Под музыку в зал входит воспитатель с детьми.

- Здравствуйте, я мама – зайчиха, а это мои маленькие зайчата. Сегодня в нашем лесу праздник «НЕБОЛЕЙКА». Сколько гостей к нам пришло! Давайте поздороваемся.

-Зайчата, а чтобы быть здоровыми и не болеть, что надо делать? Ответы детей

- Правильно.

1.делать утром зарядку

2.мыть руки перед едой

3.закаляться

4.чистить зубы утром и вечером перед сном

5.заниматься физкультурой и спортом

(под музыку входит волк)

В.- Физкульт - привет! Наконец-то я вас нашел.

З.-Здравствуй, волк! Что с тобой? Что-то ты, волк, какой-то слабый? Ты здоров? А, скажи – ка, ты делаешь утром зарядку?

В.-Я долго сплю, храплю.

З.-Я знаю кажется, как вылечить волка. День нужно начинать с зарядки. Вставай вместе с нами в круг, делать зарядку.

(под весёлую музыку делаем зарядку)

В.-Ох, хорошо! Нужно теперь подкрепиться, съем я ход-дог.

З.-Неправильно ты питаешься. Зайки, какую нужно еду кушать, чтобы быть здоровым и сильным?

Дети-фрукты и овощи.

З.-Предлагаю поиграть в игру.

Игра «Собери овощи и фрукты»

(дети садятся на скамейку)

З.-Молодцы, зайки. Ешьте как можно больше овощей и фруктов, ведь это витамины, но не забывайте, что их надо мыть кипяченой водой, а руки мыть с мылом.

В.-Руки мыть? Мне и так не плохо.

З.-От простой воды и мыла у микробов тают силы. Будешь мыться, умываться, зубы чистить и тогда тебя простуда не достанет никогда.

В.-Это правило я усвоил!

З.-Еще одно правило. Нужно закаляться, свежим воздухом дышать и конечно загорать.

Игра «Солнечные Зайчики»

В.-Молодцы, зайчата!

З.-Волк, ты запомнил основные правила здорового образа жизни?

В.-Запомнил. Теперь я буду стараться, делать все правильно (перечисляет, что запомнил).

З.-Я рада видеть вас, дорогие зайчата, здоровыми, сильными и крепкими. Всегда ешьте много витаминов и занимайтесь физкультурой и спортом!

До свидания!!!!!

